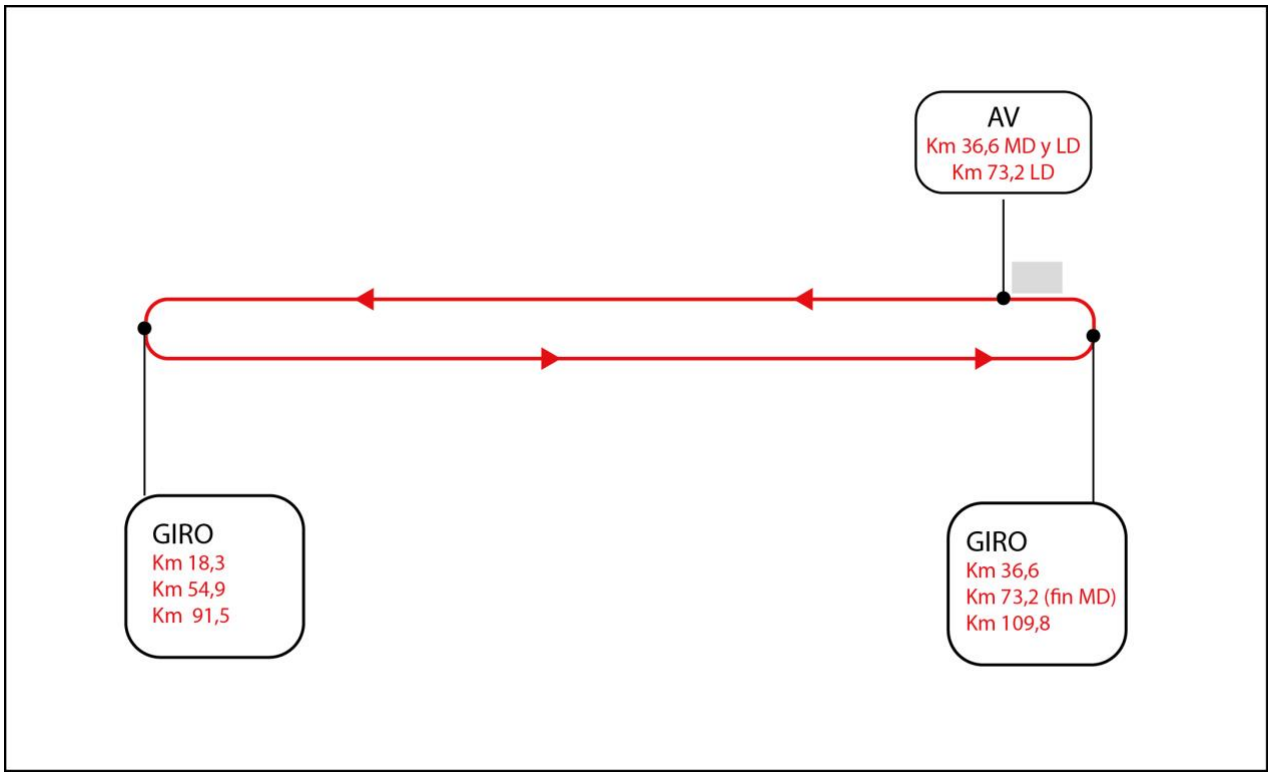
Avituallamientos. Esquemas de montaje y tipo de producto:

A) Natación. El avituallamiento consistirá en botellines de agua colocados en un recipiente por si algún deportista necesita hidratación antes de la salida

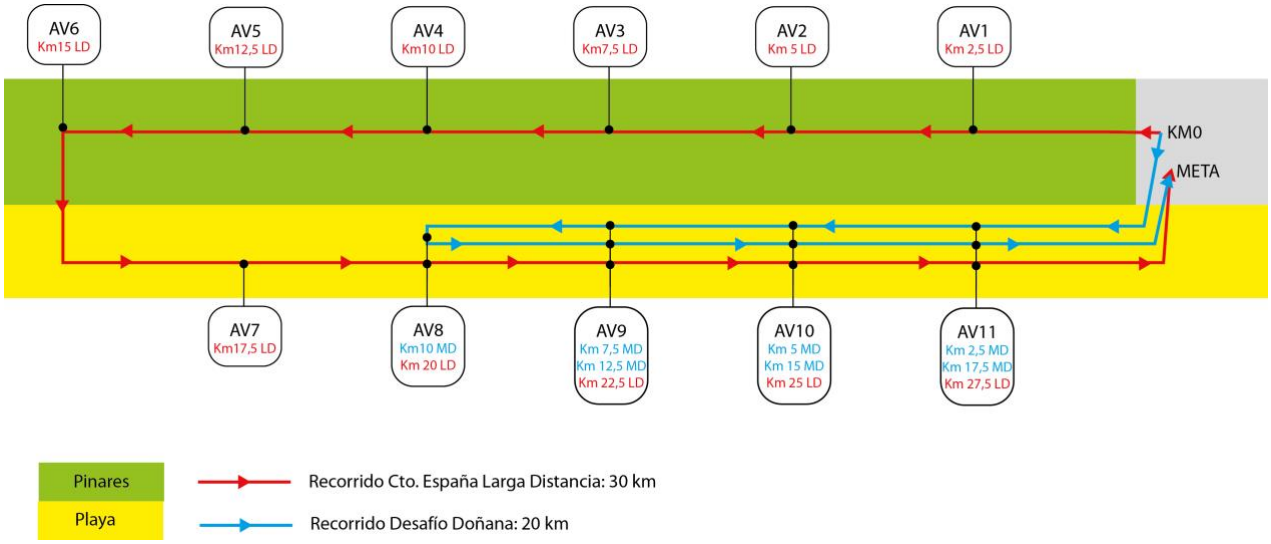
B) Ciclismo. El avituallamiento estará ubicado a la salida del área de transición, de tal forma que pueda ser utilizado por los deportistas en la segunda y tercera vuelta al circuito, según el siguiente esquema:



El producto distribuido será agua e isotónico que los voluntarios tienen que introducir previamente en bidones de ciclismo (aportados por la organización). Tiene que haber un número suficiente de voluntarios, porque tienen que acercar y facilitar el bidón al paso de los ciclistas.

C) Carrera a pie. El primer avituallamiento estará ubicado en el interior del área de transición, justo antes de la salida del corredor de esta. Se distribuirá agua e isotónico en vasos desechables y fruta partida en trozos. El papel el voluntario debe ser asegurar el suministro de vasos rellenos para que los deportistas puedan tomarlo con facilidad.

El resto de puntos de avituallamiento de la carrera a pie, estarán ubicados cada 2,5 km, según el siguiente esquema:



La principal complejidad de esta tarea reside en la dispersión de los puntos en ubicaciones que no podrán tener fácil acceso una vez que comience la competición.

Los productos que se distribuirán en los puntos son los siguientes:

- En todos los puntos: agua e isotónico distribuidos en vasos desechables

- En los puntos 4 y 8: además de lo anterior, fruta partida en trozos y refresco de cola.

D) Meta. El avituallamiento de meta consistirá en agua, isotónico, refresco de cola, fruta, frutos secos, chocolate y algún producto de recuperación.

En todos los casos, el isotónico será en formato polvo, que los voluntarios deben disolver en agua según la proporción indicada por el fabricante.